







# بیوٹی ٹپس

## خوبصورت گردن

گردن ہماری شخصیت کی عکاس اور اس کی حفاظت شخصیت کی تعمیر میں اہم کردار کرتی ہے۔ اس حوالے سے جس امر کا خاص خیال رکھنا ضروری ہے وہ یہ کہ چہرے کی حفاظت کے لئے کسی بھی طریقے کو آزماتے ہوئے گردن کو نظر انداز نہیں کریں۔ اس حوالے سے ان خواتین کو خاص خیال رکھنا ضروری ہے جو اپنے حسن کی حفاظت کے لئے گھر پر ہی ٹونکے آزماتی ہیں، انہیں چاہئے کہ جو بھی ماسک بنائیں اس کی مقدار اتنی ضرور ہو کہ وہ گردن پر بھی لگ جائے۔ اپنی گردن کی صفائی کا خصوصی خیال کریں اور ہفتے میں کسی بھی اچھے کلیننگ لوشن کی مدد سے اس کی صفائی کریں۔ بصورت دیگر گردن اور چہرے کے رنگ میں نمایاں فرق پیدا ہو جاتا ہے جو پرکشش شخصیت کی



حامل خواتین کو بھی مستحکم خیز بنا دیتا ہے۔ گردن کی خوبصورتی میں اضافے کے لئے اس کی ورزش نمایاں کردار کی حامل ہے۔ اس مقصد کے لئے کوئی بھی ہلکے وزن کی کتاب کو سر پر رکھیں اور سیدھا چلنے کی کوشش کریں خیال رہے کہ کتاب سر سے گرنے نہ پائے نیز اس دوران گردن کو بھی سیدھا رکھیں۔ اس ورزش سے گردن سڈول اور خوبصورت ہو جاتی ہے۔ بعض خواتین کو بہت موٹے بچے کی عادت ہوتی ہے انہیں چاہئے کہ وہ اس عادت سے پیچھا چھڑانے کی کوشش کریں بصورت دیگر گردن میں خم پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ نیز جو بھی تکیہ استعمال کریں اسے گردن کے نیچے بھی لگائیں تاکہ گردن کی جملہ تکالیف سے بچا جاسکے۔



# نم آلود جلد کی حفاظت

نم آلود جلد میں بہت زیادہ رطوبت ہوتی ہے اس لئے اس قسم کی جلد عموماً دیکھنے میں پھولی ہوئی اور گھسٹی ہوئی دکھائی دیتی ہے۔ طبی نقطہ نگاہ سے یہ کیفیت کمزور دوران خون کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہے اور جن لوگوں کی جلد اس قسم کی ہوتی ہے وہ درحقیقت اس بات کی طرف اشارہ کرتی ہے کہ جلد کی اندرونی تہوں میں بڑی تعداد میں فاسد اور

فاضل مادے جمع ہو چکے ہیں جن سے نجات کے لئے اس کی اندر تک صفائی لازم ہے۔ اس طرح کی نگہداشت کے لئے ضروری ہے کہ اپنی جلد کو پہچانا جائے اور سب سے اہم بات یہ ہے کہ اس کی دیکھ بھال روزانہ کی جائے ایسے میں غذا بھی ایک اہم کردار ادا کرتی ہے اس کے ساتھ ساتھ آپ اپنی نیند بھی پوری کریں کیونکہ نیند پوری نہ ہونے سے بھی جلد بہت زیادہ متاثر ہوتی ہے اور آنکھوں کے گرد حلقے پڑھ جاتے ہیں جو چہرے کی ساری خوبصورتی کو خراب کرتے ہیں اس لئے غذا کے ساتھ اپنی نیند کا بھی بھرپور خیال رکھیں تا کہ اپنی جلد کو خوشگوار بنا سکیں، آپ اپنی جلد کو روزانہ ایسی مصنوعات سے صاف کریں جو نرم و نازک جلد کے لئے موزوں ہے۔









# بیوٹی ٹپس

## آنکھوں کا میک اپ

چہرے کی خوبصورتی میں اضافہ کرنے کیلئے ضروری ہے کہ آنکھوں کا میک اپ احتیاط کے ساتھ کیا جائے۔ اگر آئی شیڈ ونہ بھی لگانا ہو تب بھی پورے پوٹوں پر پاؤڈر کی فنشنگ آنکھوں میں کسی حد تک نمایاں رہے گی۔ اس طرح آپ شیڈ کیلئے میٹ سطح تیار کر لیتی ہیں جس پر رنگ بڑی اچھی طرح سے چسپاں ہوتے ہیں۔ اس دوران کوئی غلطی ہو بھی جائے تو اسے بڑی آسانی سے



بلینڈ کر کے دور کیا جاسکتا ہے۔ ماہر بیوٹیشن سارہ خاں کا کہنا ہے کہ بہترین کنٹرول رکھنے کیلئے پاؤڈر پر مبنی تمام آئی شیڈ رنگ چھوٹے سے برش کے ذریعے لگانے چاہیں۔ اسفنج کی ٹوک والا اسپلکیٹر ہرگز استعمال نہ کریں۔ برش پر لگا ہوا اضافی پاؤڈر جھٹکنا ہرگز نہ بھولیں ورنہ آپ کے گالوں پر پاؤڈر کے دھبے نمایاں ہو جائیں گے۔ رنگ لگانے کے بعد اسے ہمیشہ روئی سے بلینڈ کرنا چاہئے۔ بلینڈ نہ کرنے کی صورت میں یہ رنگ آنکھوں کی پتلیوں کے قدرتی حسن کی طرف توجہ ہٹا دیتے ہیں۔ کرل پیدا کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ 20 تک گنتی گنیں اور پھر کرل کھول کر اسے علیحدہ کر لیں۔ پلکوں کو مسکارا لگانے سے قبل ہی کرل کر لیں ورنہ مسکارا ٹوٹ کر گر جائے گا۔ کرل کرتے ہی فوراً مسکارا لگا

لیں۔ مسکارا کی مختلف تہیں لگانے کے دوران پلکوں کو ایک دوسرے سے علیحدہ کرنے کیلئے کنگھا یا برش استعمال کریں۔ مسکارا کی مختلف تہوں کے درمیان خشک پاؤڈر چھڑک لیا کریں۔ اس طرح پلکیں زیادہ موٹی ہو جائیں گی۔





# بیوٹی ٹپس

## سرخی مائل اور گندمی رنگ میک اپ

سرخی مائل رنگ کی خواتین کے چہرے پر چھوٹے چھوٹے سرخ دھبے نظر آتے ہیں خصوصاً ناک کی نوک، ٹھوڑی، پیشانی اور رخساروں پر سرخ نشانات قدرے واضح نظر آتے ہیں۔ ان خواتین کو چاہئے کہ وہ س پمپلاہٹ مائل



فاؤنڈیشن استعمال کریں کیونکہ یہ شیڈ ان کے چہرے کی سرخی کو چھپائے گا اور اس کے ساتھ ساتھ ان کا چہرہ قدرتی سرخی سے محروم بھی نہیں دکھائی دے گا۔ اس کے مقابلے میں سفید رنگت پر ہلکا اور بھاری دونوں قسم کا میک اپ چلتا ہے۔ لیکن گندمی رنگت رکھنے والی خواتین کو احتیاط اور سلیقے سے کام لینا چاہئے ورنہ ان کا چہرہ بد نما اور سیاہ دکھائی دے گا ایسی خواتین کو فیمیل لائمیٹ فاؤنڈیشن کا روز ایشل شیڈ استعمال کرنا چاہیے اس سے انکے چہرے پر نکھار پیدا ہوگا۔ اور چہرے کی تروتازگی بھی برقرار رہے گی۔

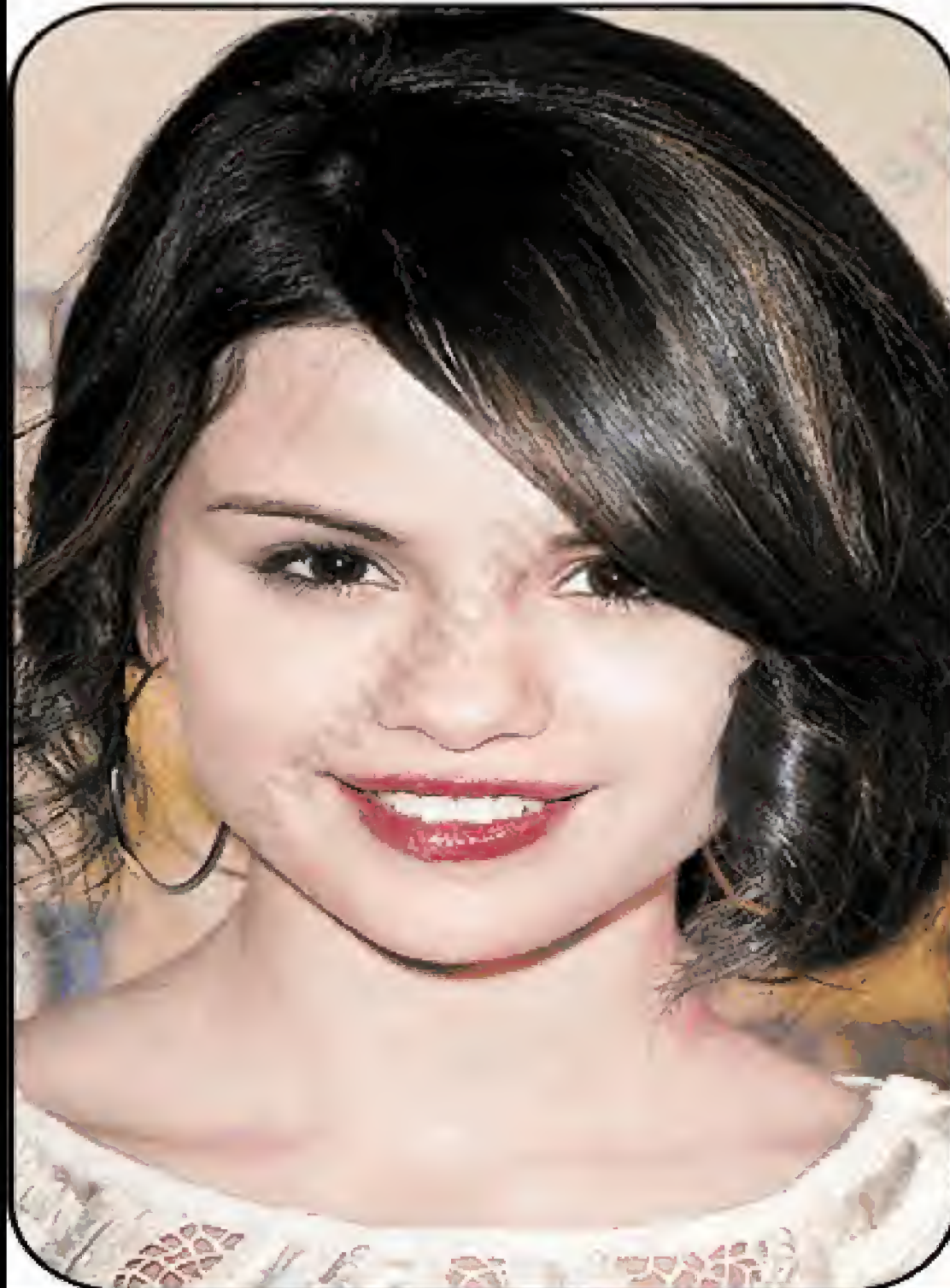




# بیوٹی ٹپس

## ہمیر سٹائل تبدیل کریں

گرمیوں میں اپنے ہمیر سٹائل کو تبدیل کریں اس سے نہ صرف آپ کی شخصیت میں ایک مثبت تبدیلی آئے گی بلکہ آپ کے بال بھی خوبصورت اور محفوظ ہو جائیں گے۔ اگر آپ کے بال گھنگھریالے ہیں تو لٹرز میں کٹنگ کرائیں۔



گھنگھریالے بال بہت جلدی گندے ہو جاتے ہیں ان کو روزانہ شیمپو کریں۔ ہمیر ڈرائرز اور آئرنز کا استعمال بالوں کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے ان کا استعمال کم سے کم کریں۔ اگر آپ کے بال چھوٹے ہیں تو پونی ٹیل گرمیوں کے لئے مناسب رہتی ہے۔ چھوٹے بالوں میں خوبصورت ہمیر پنز کا استعمال ان کو خوبصورت بنا دیتا ہے۔ آج کل بالوں کو ڈائی کرانے کا رجحان بہت بڑھ گیا ہے اگر آپ نے بال ڈائی کروائے ہیں تو انہیں دھوپ سے بچائیں کیونکہ تیز دھوپ کی وجہ سے بالوں کا کلر خراب ہو جاتا ہے جو سر کی خوبصورتی کو بگاڑ کر رکھ دیتا ہے۔ بالوں کی خوبصورتی کو مزید بڑھانے کے لئے ان میں سرسوں کے تیل سے مساج ضرور کریں۔





# بیوٹی ٹپس

## حسن کی نگہداشت کے آسان نسخے

نارمل جلد قدرت کا بیش قیمت تحفہ ہوتی ہے کیونکہ یہ دیکھنے میں خوبصورت اور ملائم نظر آتی ہے اور اس کی دیکھ بھال کے لئے بہت زیادہ جتن بھی نہیں کرنے پڑتے بلکہ دن میں تین سے چار مرتبہ کسی اچھے فیس واش سے چہرہ دھو لینا کافی



رہتا ہے۔ زیادہ بہتر جلد کے لئے پیوں کے پھول لے کر انہیں باریک پیس لیں اور اس میں ایک چمچ پیسے کا گودا ملا لیں۔ ایک چمچ بلدی بھی شامل کر لیں اور اس کے بعد پیسٹ کو چہرے پر لگائیں۔ خشک ہونے پر تازہ پانی سے دھولیں ہفتے میں تین بار یہ عمل کرنے سے کچھ ہی روز میں رنگت نکھر آئے گی۔ خشک جلد کی حفاظت کے لئے گاجر کو کدو کش کریں اور اس میں دو چمچ بالائی شامل کر لیں۔ بالائی میسر نہ ہو تو روغن زیتوں ڈال کر مکس کر لیں یا شہد ڈال کر گاڑھا پیسٹ سا بنالیں اور چہرے پر لیپ کر کے دس سے پندرہ منٹ کے لئے لگا رہنے دیں۔ بعد ازاں ہاتھ سے ہلکا ہلکا رگڑ کر اتار دیں اور جلد مساج میں نرمی پیدا کرنے کے لئے ہاتھ گیلے کر لیں۔ آخر میں نیم گرم پانی سے چہرہ دھولیں رنگت نکھری اور شاداب نظر آئے گی۔



# میک اپ باکس

میک اپ باکس بنانا اور اس کے لئے مختلف النوع سامان، آلات اور مصنوعات کا انتخاب کرنا ایک دلچسپ مشغلہ ہے بشرطیکہ مشغلے کو ضرورت کی حدود میں محدود رکھا جائے اور اسے قل نامم جاب بنا کر سرور کی شکل نہ دی جائے۔ آپ کو کسی طرح کی در دسری سے بچانے اور آپ کی معلومات میں اضافہ کرنے کے لئے یہاں پر ہم آئی شیڈوز، لپ اسٹیکس، مسکاراز، نیل پالشز، بلشرز یہاں تک کہ پاؤڈر اور فاؤنڈیشن کا ایک وسیع انتخاب دے رہے ہیں، اس کے علاوہ میک اپ کرنے کے لئے استعمال ہونے والے آلات کی بھی تفصیلی فہرست دی جا رہی ہے تاکہ آپ جان سکیں کہ کس مصنوع میں آپ کو کس کس طرح کے رنگ دستیاب ہیں اور میک اپ کرنے کے لئے آپ کو کن کن اوزاروں کی ضرورت ہے۔



## بنیادی سامان

میک اپ کا بنیادی سامان خریدنے پر بہت زیادہ لاگت نہیں آتی لیکن اسی تھوڑی سی لاگت میں بھی جو، میک اپ کے بنیادی سامان کی خریداری پر صرف ہوتی ہے، آپ کو ایسے ایسے آلات میسر آ جاتے ہیں جن کی مدد سے میک اپ کرنا آپ کے لئے بے حد آسان ہو جاتا ہے۔ ان آلات کے درست استعمال سے واقف ہونا بھی از بس ضروری ہے۔ مثال کے طور پر آپ کو علم ہونا چاہئے کہ کس قسم کا سٹینج کی مدد سے فاؤنڈیشن زیادہ آسانی سے لگائی جاسکتی ہے اور آنکھوں اور ہونٹوں کو آسانی اور سہولت کے ساتھ اچھے طریقے سے رتجنے کے لئے آپ کو کس طرح کے اور کس قسم کے برشز کی ضرورت ہوتی ہے۔ زیر نظر تصاویر کے ساتھ دی جانے والی عبارات آپ کو یہ بنیادی معلومات بھی فراہم کرتی ہیں۔







# بیوٹی ٹپس

## سونے سے قبل میک اپ دھونا ضروری

جلد کی خوبصورتی خواتین کے لیے بہت اہمیت رکھتی ہے۔ جلد بہت حساس ہوتی ہے اس لیے ہر چیز کا اثر اس پر بہت جلد ہوتا ہے جیسے موسم گرما میں جلد چکنی ہو جاتی ہے اور موسم سرما میں خشک اس لیے اس کی حفاظت بھی انتہائی ضروری ہے۔ اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ خواتین کسی پارٹی یا فنکشن سے واپسی پر اپنے چہرے پر کیے ہوئے میک اپ کو صاف نہیں کرتیں



جو بعد میں ان کی جلد کے لیے مسائل کو جنم دیتا ہے جلد کی قدرتی چمک خراب ہو جاتی ہے اور جلد پرداغ دھبے پڑ جاتے ہیں اور پھر خواتین معالج کا رخ کرتی ہیں۔ اگر تھوڑی سی دیکھ بھال کر لی جائے اور میک اپ کو سونے سے پہلے دھویا جائے تو جلد کو نقصان پہنچنے سے نہ صرف بچایا جاسکتا ہے بلکہ جلد خوبصورت اور چمک دار بھی ہو جاتی ہے۔ جلد کو موسم کے اثرات سے بچانے کے لیے مدافعتی تدابیر اختیار کریں، اگر جلد خشک ہے تو اس کے لیے معیاری لوشن یا کریم کا انتخاب کریں تاکہ جلد پر جھریاں نہ پڑیں اور جلد جوان اور صحت مند رہے۔

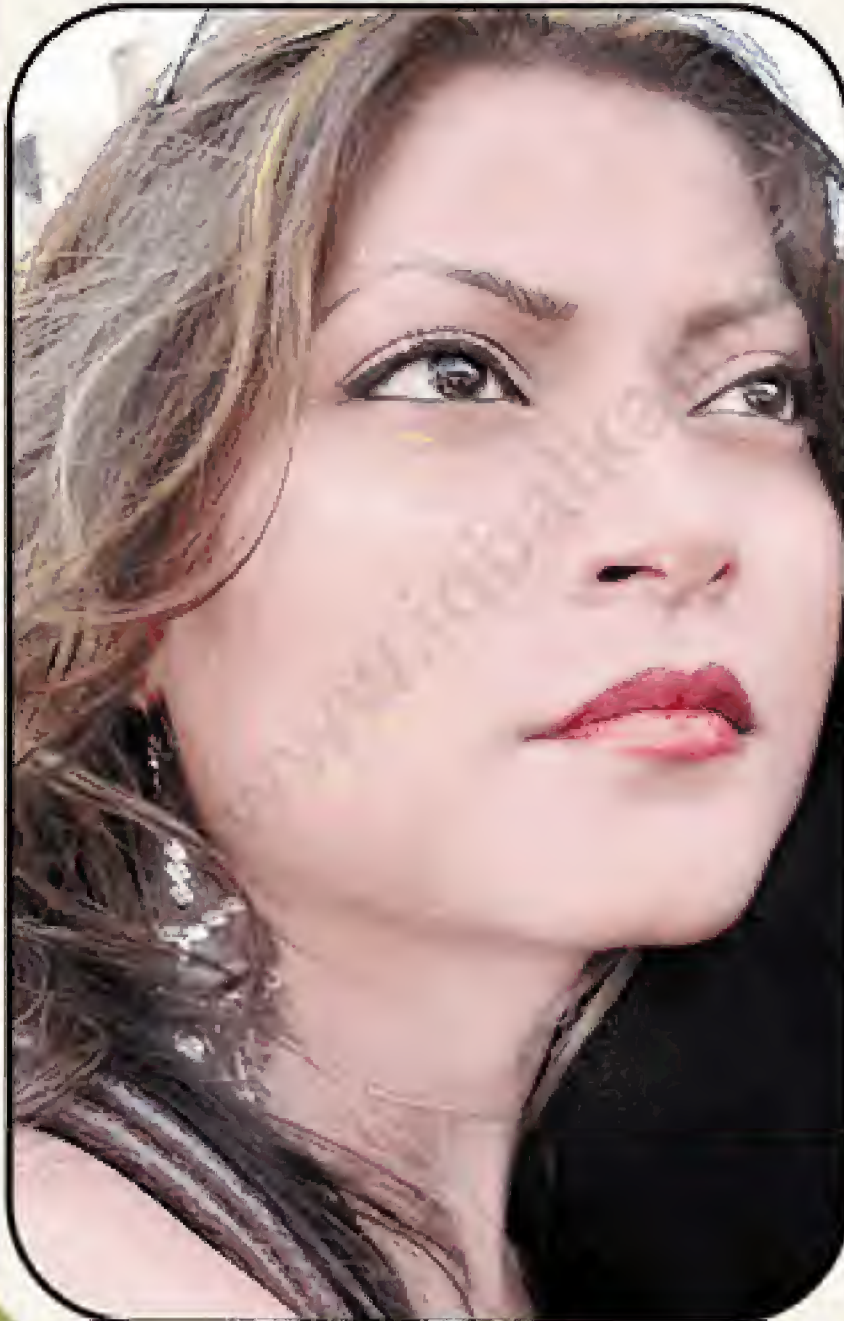




# بیوٹی ٹپس

## درست میک اپ چہرہ دلکش

میک اپ کا آغاز فاؤنڈیشن سے کیا جاتا ہے اور اسی پر پورے میک اپ کا انحصار ہوتا ہے۔ یاد رکھیں فاؤنڈیشن کا مقصد آپ کو گورا کرنا نہیں بلکہ یہ آپ کے چہرے کی قدرتی رنگت کو یکساں کرتا ہے اور داغ دھبوں کو



چھپاتا ہے لہذا اپنی جلد اور رنگت کو مد نظر رکھ کر صحیح فاؤنڈیشن کا انتخاب کریں۔ اگر آپ کی جلد خشک ہے تو آپ oilbased فاؤنڈیشن اگر جلد چکنی تو waterbased فاؤنڈیشن استعمال کریں۔ ہمیشہ اپنی جلد کی قدرتی رنگت سے قریب تر شیڈ کا انتخاب کریں۔ عموماً خواتین اپنے ہاتھ پر فاؤنڈیشن لگا کر شیڈ کا انتخاب کرتی ہیں، یہ طریقہ غلط ہے آپ ماتھے پر تھوڑا سا فاؤنڈیشن لگائیں اور پھر صحیح شیڈ کا انتخاب کریں۔ چہرے کے ساتھ گردن پر فاؤنڈیشن لگانا نہ بھولیں۔ فاؤنڈیشن کو نقطوں کی شکل میں پورے چہرے اور گردن پر لگائیں، آنکھوں کے نیچے اور رخساروں پر خاص توجہ دیں۔ اس کے بعد جس سمت آپ کے چہرے کے بال ہیں اس سمت فاؤنڈیشن کو پھیلانا شروع کریں۔



# پروفیشنل میک اپ ٹپس



خوبصورت آنکھیں اچھے کردار کی عکاسی کرتی ہیں ہمارے چہرے پر لاکھ کو خوبصورتی اور رعنائی ہو لیکن اگر آنکھوں کو اچھے طریقے سے سجا یا سنوار نہ گیا ہو تو ساری دلکشی اور خوبصورتی بیکار ہے۔

آنکھوں کے میک اپ کے لیے چند اہم پروفیشنل ٹپس درج ذیل ہیں۔

☆ آئی برو کو آنکھ کی ساخت کے مطابق بنوائیں زیادہ بہتر لمبی آئی برو ہے۔

☆ اگر آپ کے بالوں کا رنگ براؤن ہو تو آبرو کو بھی ہلکا براؤن پنسل سے چنچ دیں۔

☆ پلکوں پر مسکارا آنکھ کو اوپر کی طرف دیکھ کر لگائیں اور جیسے برش گول ہو مسکارا بھی گھما کر لگائیں۔

☆ مسکارا کا دوسرا کوٹ سوکھنے کے بعد لگائیں اور کناروں کو تھوڑی دیر کے لیے برش کے ساتھ دبا کر رکھیں۔

☆ لائنز کا استعمال آنکھوں کو دلفریب لک دینا پیاس لیے لائنز کو نفاست اور طریقے سے استعمال کریں۔

☆ آنکھ موٹی ہو تو لائنز کو آنکھ کے درمیانی پوٹے سے موٹا کر لیں۔ اگر آنکھ چھوٹی یا اندر دھنسی ہوئی ہے تو لائنز ہلکا سا موٹا استعمال کریں۔

☆ آنکھ کو بڑا دیکھانے کے لیے آنکھ کے اندر کا جل پنسل یا کا جل کا استعمال کریں۔

☆ میک اپ اتار تے وقت دھیان رکھیں کہ کسی بھی قسم کا ریموور آنکھ میں نہ جائے۔ ریموور استعمال کرنے سے بہتر ہے کہ

نیم گرم پانی سے میک اپ اتار لیں اور روئی کی مدد سے یا پھر عرق گلاب سے میک اپ اتار لیں۔

مزید ٹپس پڑھنے کے لیے پاکستان برائیدل ڈاٹ کام وزٹ کریں۔



# واٹر پروف میک اپ

میک اپ خوبصورتی میں اضافے کا باعث بنتا ہے اور اسی لئے ہمیشہ واٹر پروف میک اپ کرنا چاہئے۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ ٹشو پیپر سے چہرے کو صاف کرنے کے بعد برف کسی کپڑے وغیرہ میں ڈال کر دس سے پندرہ منٹ تک ملئے۔ اس کے بعد چہرے کو پانی سے دھولیں اور پھر تویلیے سے خشک کر لیں، تویہ رگڑ کر استعمال نہ کریں پھر کلینزنگ سے چہرہ صاف کریں اور اس کے بعد میک اپ کرنا شروع کریں۔

واٹر پروف میک اپ کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ یہ چہرے کو کلینزنگ سے صاف کر لینا چاہیے۔ پھر فاؤنڈیشن لگائیں، فاؤنڈیشن لگاتے وقت فیس پاؤڈر لگائیں اور پھر روج لگائیں اس کے بعد شائزر لگائیں اور پھر آئی میک اپ شروع کریں۔ سب سے پہلے آئی لش پر مسکارا لگائیں پھر آئی شیڈ و پوٹوں پر لگائیں۔ آئی شیڈز ہمیشہ ڈریسر کے مطابق لگائیں۔ اب آئی لائزر لگائیں۔ آئی لائزر آئی لش کی اوپر کی جلد پر لگائیں۔ پھر لپ سٹک لگائیں۔ کوشش کریں کہ لپ سٹک کپڑوں کے رنگ کے مطابق لگائیں۔ ڈرائی میک اپ ہمیشہ پاؤڈر میں کیا جاتا ہے یعنی شیڈ و تمام پاؤڈر میں ہو، بلش اون کریم میں نہ ہو وہ بھی پاؤڈر میں ہو یعنی تمام میک اپ کی چیزیں پاؤڈر میں ہوں اور دن کے وقت کیا جانے والا میک اپ ڈارک نہ ہو۔



# واٹر پروف میک اپ

میک اپ خوبصورتی میں اضافے کا باعث بنتا ہے اور اسی لئے ہمیشہ واٹر پروف میک اپ کرنا چاہئے۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ ٹشو پیپر سے چہرے کو صاف کرنے کے بعد برف کسی کپڑے وغیرہ میں ڈال کر دس سے پندرہ منٹ تک ملئے۔ اس کے بعد چہرے کو پانی سے دھولیں اور پھر تویلیے سے خشک کر لیں، تویہ رگڑ کر استعمال نہ کریں پھر کلینزنگ سے چہرہ صاف کریں اور اس کے بعد میک اپ کرنا شروع کریں۔

واٹر پروف میک اپ کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ یہ چہرے کو کلینزنگ سے صاف کر لینا چاہیے۔ پھر فاؤنڈیشن لگائیں، فاؤنڈیشن لگاتے وقت فیس پاؤڈر لگائیں اور پھر روج لگائیں اس کے بعد شائزر لگائیں اور پھر آئی میک اپ شروع کریں۔ سب سے پہلے آئی لش پر مسکارا لگائیں پھر آئی شیڈ و پوٹوں پر لگائیں۔ آئی شیڈز ہمیشہ ڈریسر کے مطابق لگائیں۔ اب آئی لائزر لگائیں۔ آئی لائزر آئی لش کی اوپر کی جلد پر لگائیں۔ پھر لپ سٹک لگائیں۔ کوشش کریں کہ لپ سٹک کپڑوں کے رنگ کے مطابق لگائیں۔ ڈرائی میک اپ ہمیشہ پاؤڈر میں کیا جاتا ہے یعنی شیڈ و تمام پاؤڈر میں ہو، بلش اون کریم میں نہ ہو وہ بھی پاؤڈر میں ہو یعنی تمام میک اپ کی چیزیں پاؤڈر میں ہوں اور دن کے وقت کیا جانے والا میک اپ ڈارک نہ ہو۔





# بیوٹی ٹپس

## لائٹ میک اپ لک

لائٹ میک اپ نیچرل لک دیتا ہے جس کی آپ ہمیشہ تمنا کرتی ہیں آپ دفتر میں ہوں یا پارٹی میں اس لائٹ میک اپ کی وجہ سے آپ فوراً سب کی نظروں میں آئیں گی۔ اس مضمون میں لائٹ میک اپ کے حوالے سے کچھ ایسے آئیڈیاز دے رہے ہیں جو آپ کے چہرے کی خامیوں کو کم سے کم کرنے میں مددگار ثابت ہوں گے۔ جب



بھی لائٹ میک اپ کریں تو نہایت آرام سے، نرمی کے ساتھ اور ٹکٹیکنی انداز میں، فاؤنڈیشن دیگر شیڈز اور پاؤڈر وغیرہ کا کچھ اس انداز میں استعمال کریں کہ یہ آپ کی جلد کے خوب اچھی طرح ہم آہنگ ہو جائے اور دوسروں کو یہ نہ لگے کہ آپ کسی اور دنیا کی مخلوق ہیں۔ میک اپ کا استعمال زیادہ نہیں ہونا چاہئے، لائٹ میک اپ کا استعمال کرنے کا مقصد یہ ہونا چاہئے کہ یہ آپ کی جلد کو تحفظ فراہم کرے اور گھر میں یا باہر دونوں جگہوں پر اس کے اثرات یکساں ہوں ماہرین حسن کا کہنا ہے کہ اگر اپنی جلد کو جوان اور تروتازہ رکھنا چاہتی ہیں تو اپنی جلد کو سانس لینے کا موقع دیں، پسینہ نکلنے کی وجہ سے جلد کی نمی نکل جاتی ہے اور جلد خشک ہو

جاتی ہے جلد کو نرم رکھنے کے لئے موئچرائزر کا استعمال کریں۔ اس سے قبل کہ آپ میک اپ لگائیں اپنے چہرے کو گرم پانی سے اچھی طرح صاف کریں اس کے بعد برش کی مدد سے پورے چہرے پر ہلکے انداز میں پاؤڈر لگائیں۔ فاؤنڈیشن اپنی جلد کی رنگت کے شیڈ سے ایک شیڈ کم درجے کا لگائیں اس طرح آپ کی آنکھیں اور ہونٹ نمایاں ہو سکیں گی قدرے ہلکا فاؤنڈیشن آپ کے چہرے کو روشن کر دے گا۔





# بیوٹی ٹپس

## چکنی جلد کی حفاظت

چکنی جلد کی حفاظت بہت ضروری ہے اس میں تھوڑی سی محنت شامل ہے اس لیے آپ کو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، صبح بیدار ہوتے ہی نشو و نما کے ذریعہ اپنی جلد کی مکمل صفائی کریں اگر نشو و نما پر چکنائی موجود ہو تو اس کا مطلب واضح ہے کہ آپ کی جلد چکنی ہے اگر ناک، ٹھوڑی اور پیشانی پر چکنائی نہ ہو تو سمجھیں کہ یہ ملی جلی جلد ہے۔



اور چکنی جلد کی حفاظت کے لیے بادام کے تیل میں دو قطرے لیموں نچوڑ کر جلد پر لگائیں اس سے جلد پر خون کا دورہ شروع ہو جائے گا اگر جلد میں کچھ نیم خوابیدہ خلیات ہیں تو وہ متحرک اور فعال ہو جائیں گے اس لیے آپ اس شدید گرمی میں جب باہر نکلیں تو سن بلاک اور سن اسکرین کریم کا یا لوشن کا استعمال ضرور کریں اور گھروا پس آتے ہی اچھے کلیمزنگ لوشن سے چہرہ صاف کرنے کے بعد دھولیں تاکہ چہرے کو مطلوبہ مقدار میں آکسیجن حاصل ہو جائے۔ ایک چمچ شہد آدھا چمچ لیموں کا رس ملا کر چہرے پر لگائیں۔ پندہ یا بیس منٹ کے بعد چہرے کو منرل واٹر یا ابلے ہوئے پانی سے دھولیں۔ شہد اور لیموں کے عناصر جلد کی چکنائی کو زائل کر دیں گے۔



# کنڈیشنر

بالوں میں روزانہ کنڈیشنر کا استعمال بہت فائدے مند ہوتا ہے۔ بازار سے معیاری کنڈیشنر خریدیں مگر خواتین گھر میں بھی ایک بہترین اور قابل بھروسہ کنڈیشنر تیار کر سکتی ہیں، گرم پانی میں گلاب کے چند پتے ڈال

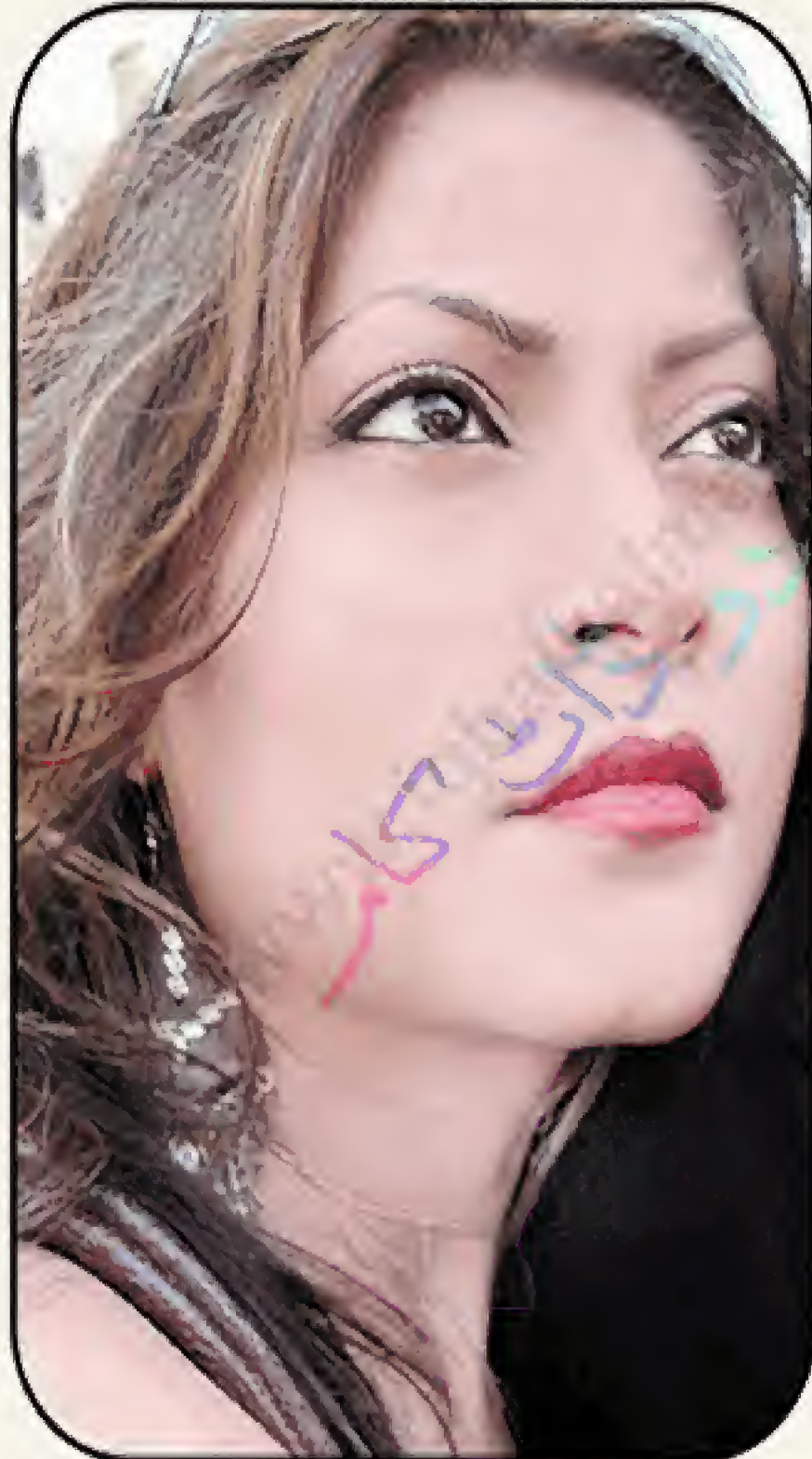


کر کچھ دیر کے لیے چھوڑ دیں اب آدھا کیلا لیں اور اسے اچھی طرح کچل لیں ایک کھانے کا چمچ شہد اور ایک کھانے کا چمچ شہد یا زیتون کا تیل لیں۔ ان چاروں اشیاء کو بلینڈر میں مکس کر لیں۔ اس آمیزے کو بالوں میں اچھی طرح مساج کریں اور اور اسے بالوں میں آدھے گھنٹے تک لگا رہنے دیں۔ اچھی طرح لگانے کے بعد بالوں کے گرد گرم تولیہ پیٹ لیں تو یہ بالوں کے لیے زیادہ فائدے مند ثابت ہوگا بعد میں شیمپو سے بالوں کو اچھی طرح دھو لیں بال خوبصورت اور چمکدار ہو جائیں گے اگر تازہ آٹے کا مساج بالوں میں باقاعدگی سے کیا جائے تو اس کے شامدار نتائج سامنے آسکتے ہیں۔



# درست میک اپ چہرہ دلکش

میک اپ کا آغاز فاؤنڈیشن سے کیا جاتا ہے اور اسی پر پورے میک اپ کا انحصار ہوتا ہے۔ یاد رکھیں فاؤنڈیشن کا مقصد آپ کو گورا کرنا نہیں بلکہ یہ آپ کے چہرے کی قدرتی رنگت کو یکساں کرتا ہے اور داغ دھبوں کو



چھپاتا ہے لہذا اپنی جلد اور رنگت کو مد نظر رکھ کر صبح فاؤنڈیشن کا انتخاب کریں۔ اگر آپ کی جلد خشک ہے تو آپ oil based فاؤنڈیشن اگر جلد چکنی تو water based فاؤنڈیشن استعمال کریں۔ ہمیشہ اپنی جلد کی قدرتی رنگت سے قریب تر شیڈ کا انتخاب کریں۔ عموماً خواتین اپنے ہاتھ پر فاؤنڈیشن لگا کر شیڈ کا انتخاب کرتی ہیں، یہ طریقہ غلط ہے آپ ماتھے پر تھوڑا سا فاؤنڈیشن لگائیں اور پھر صبح شیڈ کا انتخاب کریں۔ چہرے کے ساتھ گردن پر فاؤنڈیشن لگانا نہ بھولیں۔ فاؤنڈیشن کو نقطوں کی شکل میں پورے چہرے اور گردن پر لگائیں، آنکھوں کے نیچے اور رخساروں پر خاص توجہ دیں۔ اس کے بعد جس سمت آپ کے چہرے کے بال ہیں اس سمت فاؤنڈیشن کو پھیلاتا شروع کریں۔









# بیوٹی ٹپس

## شیڈنگ برش، لپ برش، بلشر برش

خواتین اپنی خوبصورتی کو بڑھانے کے لیے میک اپ کا استعمال کرتی ہیں۔ میک اپ کے لیے مناسب آلات کا ہونا بہت ضروری ہے، تاکہ چہرے کی نرم و نازک جلد کو نقصان نہ پہنچے اور جلد بھی محفوظ رہے۔ میک اپ آرٹسٹ کے مطابق خواتین کو میک اپ کے لیے تین عدد برش کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ مختلف کلرز ایک دوسرے میں مکس نہ ہوں میک اپ کو ہموار کرنے کے لیے بلشر برش کا ہونا ضروری ہے۔ جو چہرے پر بلش آن لگانے کے لیے بہترین ہے۔ اس کے بعد باری آتی ہے لپ برش کی جو چٹا ہوتا ہے اور اس سے ہونٹوں پر لپ سنک اچھی طرح لگائی جاسکتی ہے۔ شیڈنگ برش طویل ہینڈل والا برش ہے اور آنکھوں کے میک اپ کے لیے بہت مفید ہے اگر آنکھیں خوبصورت ہیں تو رخساروں اور ہونٹوں کو مدہم کر کے آنکھوں کو نمایاں کریں۔ امریکہ کے ایک مشہور آرٹسٹ رے ہینڈی کہتے ہیں۔ جدید میک اپ کا یہ کمال ہے کہ میک اپ کی مختلف تکنیک استعمال کر کے ایک ہی چہرے کو کئی روپ دیئے جاسکتے ہیں۔







FashionsGems.com







# بیوٹی ٹپس

## آنکھوں کے میک اپ میں آئی شیڈو

آئی شیڈو آنکھوں کی خوبصورتی کو اجاگر کرتا ہے اور خواتین کی خوبصورتی میں بے پناہ اضافہ ہو جاتا ہے۔ ترقی کے اس دور میں نت نئے رنگوں کے امتزاج نے تجرباتی میک اپ کو انتہائی دلچسپ اور سنسنی خیز بنا دیا ہے۔ روشن اور چمک دار آنکھیں کسی بھی خاتون کے لیے سرمایہ حیات سے کم نہیں اور یہ آنکھیں بولنے سے پہلے ہی بہت کچھ کہہ دیتی ہیں، اور آنکھیں کتنی ہی خوبصورت کیوں نہ ہوں انہیں میک اپ کی مدد سے مزید خوبصورت بنا کر ان میں ساحرانہ حسن بھی پیدا کیا جاسکتا ہے میک اپ کی دنیا میں آئی شیڈو اہم رول ادا کرتا ہے۔ آنکھوں کے میک اپ میں آئی شیڈو کا استعمال سب سے آخر میں کیا جاتا ہے اسے مسکارا اور آئی لائنر کے بغیر لگانا چاہئے، کوشش کریں دن کے وقت آئی لائنر کا استعمال نہ کریں کیونکہ اس میک اپ گہرا لگنے لگتا ہے جو چہرے کی خوبصورتی کو بھی متاثر کرتا ہے۔







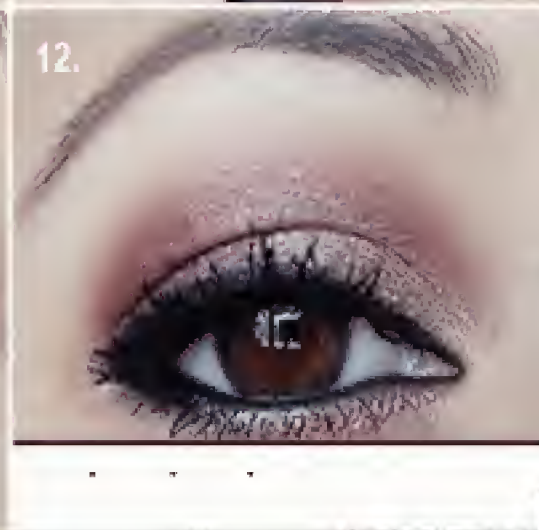
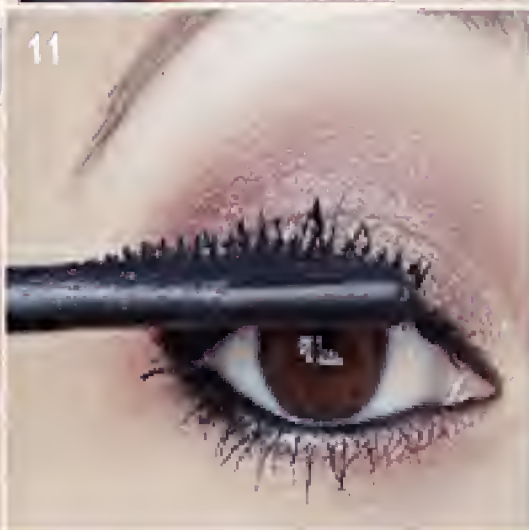
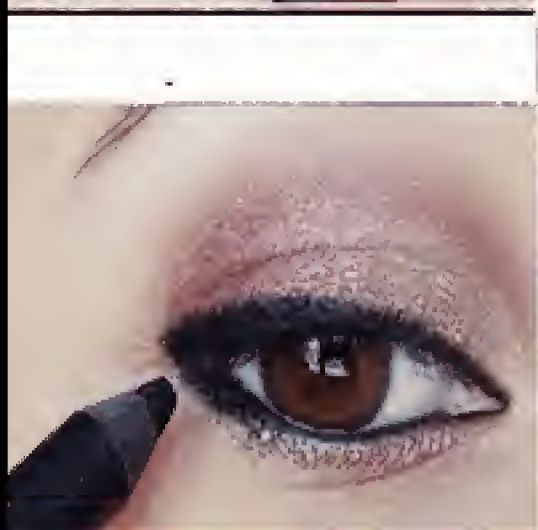
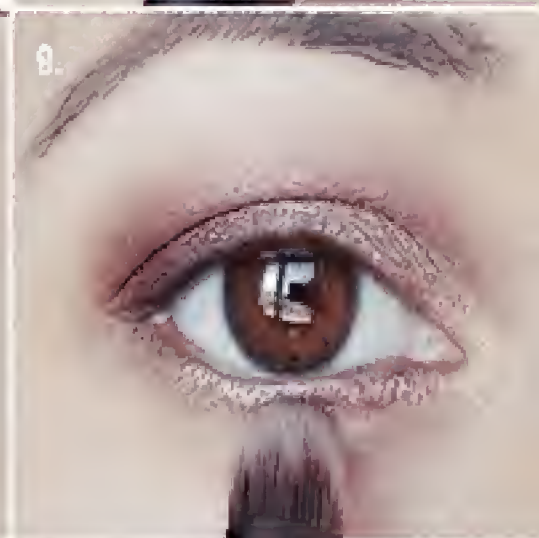
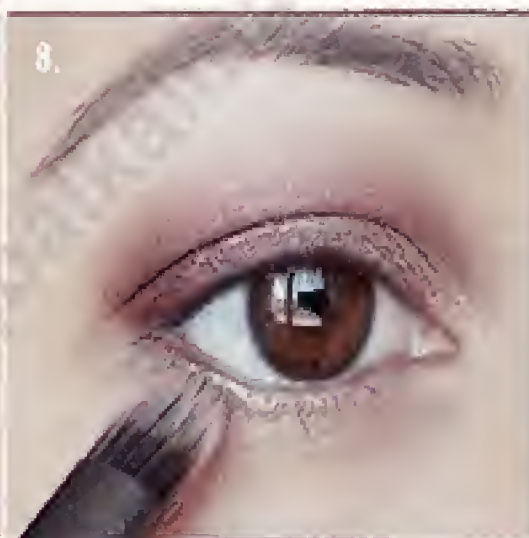
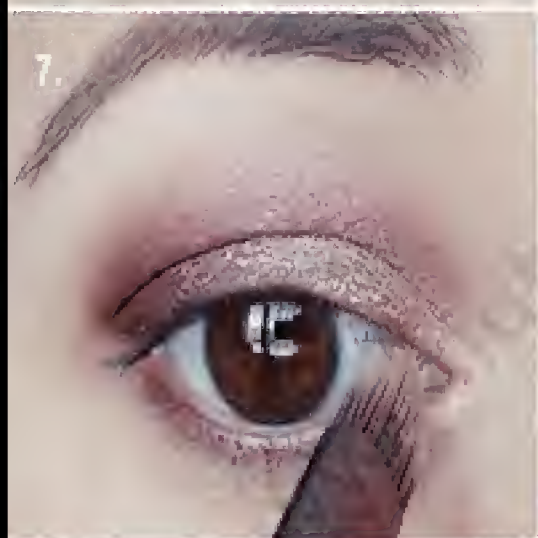
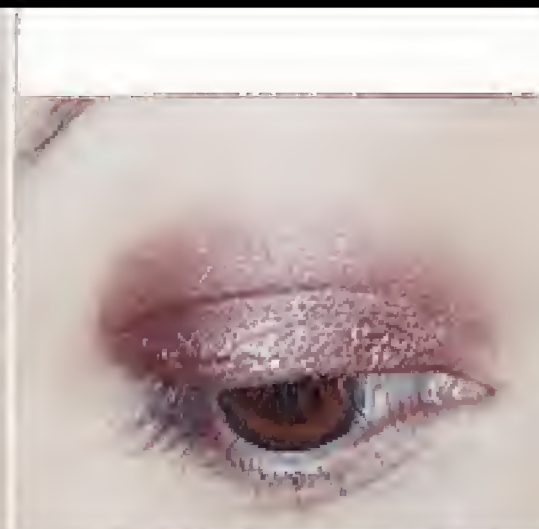
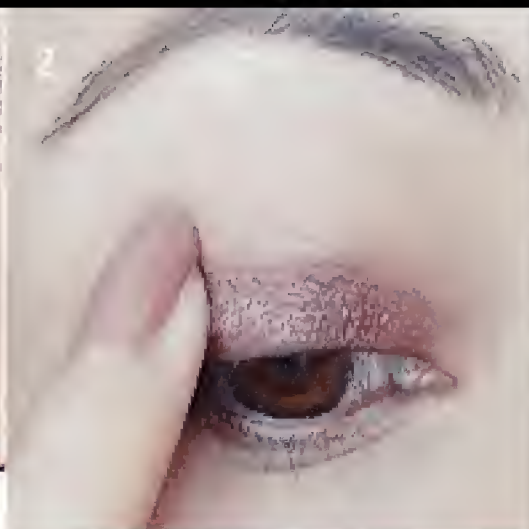
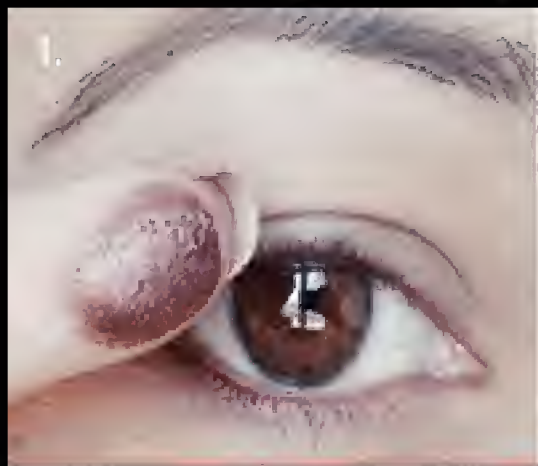
# بیوٹی ٹپس

## بلشر لگانا

اگر آپ بلش آن باقاعدگی سے لگائیں تو یہ آپ کے چہرے کو ایک ایسا خوبصورت تاثر دے گا کہ کوئی کامیٹکس یہ کام نہیں کر سکتی۔ بلش آن کو لگانے کے لئے یہ طریقہ استعمال کریں سب سے پہلے بلش آن کو گال سے کنپٹی کی طرف لے جائیں۔ اس کو آپ آنسو کی شکل میں لگائیں اور کنپٹی کے پاس بالوں کی لکیر سے دور رکھیں۔ پھر اس کو اسٹنچ، اس کے برش یا اپنی انگلیوں کی مدد سے بلینڈ کریں ایسا اس کی کوئی بیرونی لکیر نہ نظر آئے اور یہ آپ کی جلد کا ایک حصہ ہی لگے۔ اگر یہ صحیح جگہ لگا ہے تو یہ آپ کے چہرے کو خود ایک مناسب شپ دے گا۔ لیکن اس بات کو مد نظر رکھیں کہ آپ بذات خود اس چیز کو چہرے کی شپ دینے کے لئے استعمال نہ کریں۔ اگر آپ کریم یا لیکوئیڈ کی شکل میں بلش آن لگائیں تو اس کے بعد فیس پاؤڈر ضرور لگائیں۔









# ہلکے میک اپ سے چہرہ شاداب

ہلکے میک اپ سے چہرہ شاداب ہو جاتا ہے۔ عام طور پر خواتین یہ سمجھتی ہیں کہ بھاری مقدار میں میک اپ ہی ان کی خوبصورتی میں اضافہ کرتا ہے لیکن یہ ضروری نہیں ہے۔ نفاست اور خوبصورتی سے کیا جانے والا ہلکا میک اپ بھی خواتین کے چہرے کی تازگی کو برقرار رکھتے ہوئے اسے شاداب رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ شام کے وقت زیادہ میک اپ کرنے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ اس لئے فاؤنڈیشن، آئی شیڈز، مسکارا



اور چمکدار لپ سٹک کا استعمال کریں۔ اس میک اپ میں ہی چہرے کے نقوش کو نمایاں کیا جاسکتا ہے۔ جن خواتین کی آنکھیں خوبصورت ہوتی ہیں انہیں چاہئے کہ وہ اپنی آنکھوں میں ایسا میک اپ کریں تاکہ جب وہ کسی محفل میں جائیں تو توجہ کا مرکز بنیں۔ میک اپ اور خواتین ایک دوسرے کیلئے لازم و ملزوم ہیں۔ شادی بیاہ کا موقع ہو یا کسی کے گھر ملنے جانا ہو تو خواتین میک اپ کے بغیر گھر سے باہر نہیں نکلتیں اور ہلکا میک اپ کرنے سے چہرے کی خوبصورتی اور تازگی برقرار رہتی ہے کیونکہ ہلکا سا

میک اپ کرنے سے ان کا چہرہ ہشاش بشاش رہتا ہے اور چہرے کا مرجھایا پن دور ہو جاتا ہے۔ خواتین کو چاہئے کہ وہ اپنی خوبصورتی کو بڑھانے کیلئے میک اپ خریدتے وقت کسی معیاری کمپنی کا میک اپ ہی خریدیں جو چہرے کی قدرتی خوبصورتی کو برقرار رکھے اور چہرے کی قدرتی چمک بھی قائم رہے۔







# فائڈیشن

فائڈیشن وہی اچھی ہے جو آپ کی جلد کو حتی الوسع شفافیت اور نکھار بخشنے کے ساتھ ساتھ آپ کی رنگت کو ایک یکسانیت اور ہمواری عطا کرے۔ ایسی فائڈیشن آپ کے باقی میک اپ کے لئے بہترین بنیاد فراہم کرتی ہے۔ مارکیٹ میں فائڈیشنز بہت سے رنگوں اور اقسام میں دستیاب ہیں اور اچھے میک اپ کے لئے یہ امر نہایت اہمیت کا حامل ہے کہ آپ اپنی جلد اور اپنی رنگت سے مطابقت رکھنے والی فائڈیشن ہی خریدیں تاکہ آپ کا قدرتی حسن پوری آب و تاب کے ساتھ نمایاں ہو سکے۔ اس ضمن میں بنیادی معلومات ہم آپ کو گذشتہ صفحات میں فراہم کر چکے ہیں، یہاں پہ ہم آپ کو مختلف اقسام کی فائڈیشنز اور ان کے رنگوں سے روشناس کرا رہے ہیں۔

## کوریکٹرز

انہیں فائڈیشن لگانے سے پہلے لگایا

جاتا ہے، یہ جلد کی رنگت میں موجود

بے قاعدگیوں کو دور کرنے کا کام

کرتے ہیں۔ نیلے کوریکٹر کی مدد سے سرخی

مائل رنگت کی حامل جلد کو زیادہ چمکیلا اور گورا کیا جاسکتا

ہے۔ سفید کوریکٹر بھیگی رنگت کی حامل جلد کو چمکا دیتا ہے اور آنکھوں کے نیچے موجود سیاہ حلقے چھپانے میں مدد

دیتا ہے۔ سبز کوریکٹر جلد کی سرخی کو معتدل کرتا ہے، اور جامنی کوریکٹر جلد کی زرد رنگت کو ختم کر کے اسے ایک

صحت مند آنہ چمک عطا کرتا ہے۔

## لیکونڈ فائڈیشنز

ان فائڈیشنز میں عموماً جزو اعظم کے طور پر پانی

استعمال کیا جاتا ہے اور اسٹفج کی مدد سے آسانی

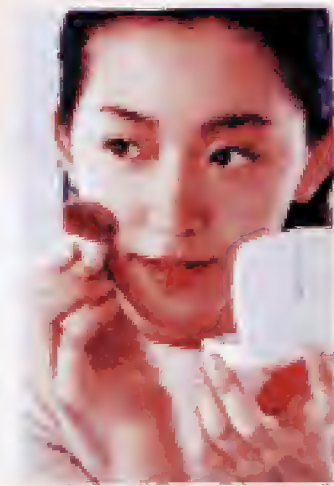
سے جلد پر لگایا جاسکتا ہے۔ فائڈیشن کا استعمال

ہمیشہ اپنی جلد کی نوعیت کے حساب سے کریں۔

”آئل فری“ فائڈیشن چمکی جلد کے لئے اچھی

رہتی ہے جبکہ ”موسچرائزنگ“ فائڈیشن خشک اور

نارمل جلد کے لئے اچھی ہے۔







# بیوٹی ٹپس

## پانی سے چہرہ خوبصورت

انسانی صحت کیلئے پانی کی بہت زیادہ اہمیت ہے۔ پانی کے مناسب استعمال سے چہرے کی خوبصورتی میں بھی اضافہ کیا جاسکتا ہے، خواتین چہرے کی جلد کو صاف ستھرا اور شاداب بنانے کیلئے طرح طرح کے جتن کرتی ہیں تاہم صرف پانی کے چند گلاس وہ کام کر سکتے ہیں جن کیلئے خواتین مہنگے لوشن اور کریمیں استعمال کرتی ہیں، پانی ہماری جلد کو



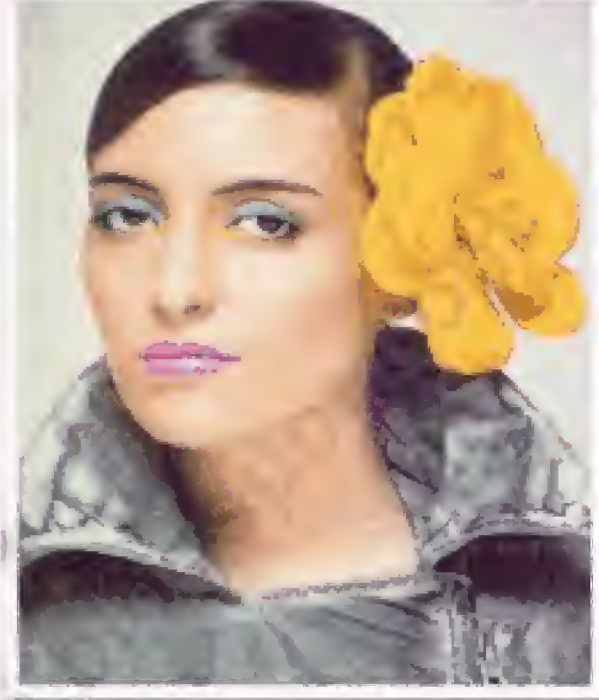
قدرتی نمی فراہم کرتا ہے اور لوشن یا دیگر موٹیوٹرز سے حاصل ہونے والی نمی اس کا مقابلہ نہیں کر سکتی، اس مقصد کیلئے وقفے وقفے سے پانی پینے کو عادت بنالیں، ماہرین کے مطابق صرف لائف سٹائل میں مثبت تبدیلی لا کر چہرے کی تروتازگی بحال کی جاسکتی ہے، اگر آپ کو رات دیر تک جاگنے اور صبح دیر تک سونے کی عادت ہے تو اسے بدلنا ہوگا، رات جتنی جلد ممکن ہو سو جائیں اور صبح سویرے نکلنے سے پہلے بیدار ہوں، اٹھنے کے بعد سب سے پہلا کام دو گلاس پانی پینا ہے، اس کے بعد ایک گھنٹے تک ناشتہ کریں، پانی ہمیشہ کھانے سے قبل پیئیں یا کھانے کے دوران چند گھونٹ پانی پی لیں تاہم کھانا ختم کرنے کے بعد پانی پینے سے نہ صرف معدہ خراب ہوتا ہے بلکہ جگر

کے مسائل بھی پیدا ہوتے ہیں اور یوں چہرے کی رونق میں بھی کمی آتی ہے، دن میں کم از کم تین لیٹر پانی ضرور پیئیں، کوشش کریں کہ پیاس لگنے سے قبل پانی پی لیں، دن میں ایک بار کسی بھی وقت ایک گلاس پانی میں ایک کھانے کا چمچ چینی اور دو چمک نمک مکس کر کے پیئیں، اس سے نہ صرف توانائی بحال رہے گی بلکہ نمکیات کی کمی بھی کسی حد تک پوری ہوگی۔ پانی سے چہرہ دھونا بھی جلد کی تروتازگی میں اضافہ کرتا ہے، گرمیوں کے موسم میں دن میں کم از کم 5 بار ٹھنڈے پانی سے چہرہ ضرور دھوئیں، اگر آپ کی جلد چکنی ہے تو پھر اس سے بھی زیادہ بار چہرہ دھونا مفید رہے گا۔



# عید پر شوخ رنگ

## میک اپ بھی آزماسکتی ہیں



میک اپ کے شوخ کھلتے ہوئے رنگوں میں سے کچھ نظر افروز رنگ "نئون" کہلاتے ہیں۔ "نئون" میک اپ

جیسے بھیچے نیون سائیکو کی مانند عموماً زرد، ہبز اور سرخی مائل پنک کمر پر مشتمل ہوتا ہے۔ ان خوشنارنگوں کے مختلف شیدز کو چہرے پر اپنائی کرنے کے لئے ذرا احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے لیکن ان کا تاثر بڑا بھارحکم کا ہوتا ہے لہذا آپ کی شخصیت ایک دم کھلی کھلی نظر آنے لگتی ہے۔ تاہم انہیں آزماتے ہوئے آپ کو اپنی اسکن ٹائپ سے مکمل طور پر آگاہ ہونا چاہئے۔ گرین کمر میں ایکو گرین سے لے کر بلیو کمر کے مختلف شیدز استعمال کریں جو آپ کی جلد کی رنگت کے لحاظ سے موزوں ہوں۔ جبکہ سرخی مائل شیدز میں لائٹ یا میڈیم پنک مناسب رہتا ہے۔ ڈارک پنک شیدز استعمال کرتے ہوئے اپنی اسکن سے اس کی مطابقت پر دھیان رکھیں۔

میک اپ اور اسٹائل کے ماہرین کے مطابق اس عید پر فریش دکھائی دینے کے لئے نسبتاً شوخ رنگوں کا انتخاب موسم کے لحاظ سے آپ کے لئے بہترین ثابت ہوگا۔ یہ اسٹائل خاص طور سے کم عمر لڑکیوں پر خوب بچتا ہے۔ اس کے لئے دو وارم شیدز یا دو کول شیدز ایک ساتھ استعمال کریں اور پھر ان ہی کی مناسبت سے لپ کمر کا انتخاب کریں۔ ہلکے شیدز کے ساتھ پنک اور گہرے شیدز کے ساتھ اورنج لپ کمر سوٹ کرتا ہے۔

آئیے دیکھتے ہیں کہ اس میک اپ کو مرحلہ وار کیسے استعمال کیا جاتا ہے۔

1- سب سے پہلا اپنی جلد کی رنگت کے لحاظ سے فاؤنڈیشن لگائیں۔

2- اس کے بعد آنکھوں کے نیچے کنسلیئر استعمال کریں اور اسے اچھی طرح بلینڈ کر دیں۔

3- رخساروں کو لائٹ پنک شیدز سے بلش کریں لیکن خیال رکھیں کہ یہ زیادہ نمایاں نہ

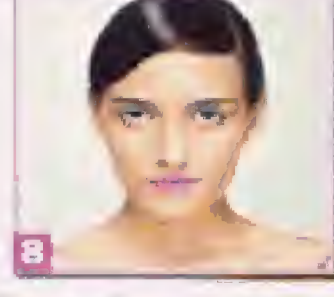
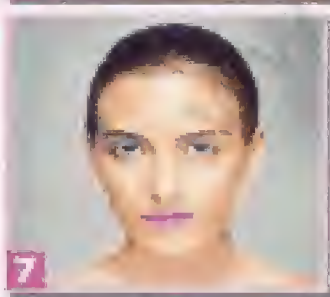
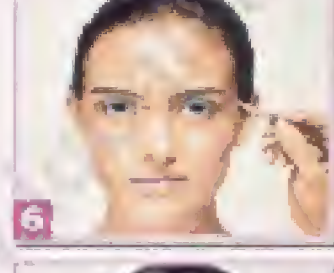
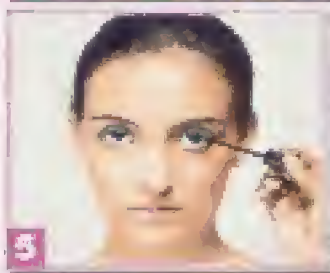
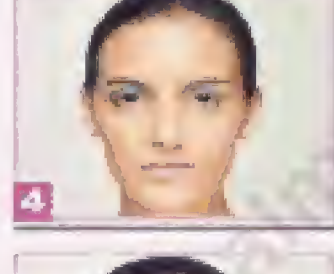
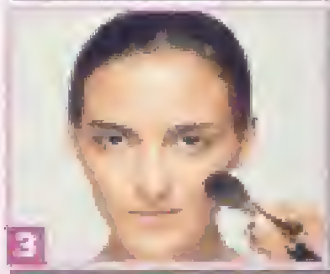
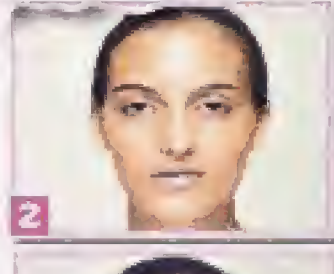
ہونے پائے۔

4- گرین کمر میں دو آئی شیدز کا انتخاب کریں، نسبتاً گہرے آئی شیدز کو آنکھ کے اندرونی کنارے سے لے کر پونے کے درمیان تک لگائیں اور ہلکے شیدز کو پونے کے درمیان سے آنکھ کے بیرونی سرے تک لگائیں۔ اس کے بعد ٹاک کے نزدیک والے کنارے پر زرد رنگ کے شیدز سے انگریزی حرف "سی" کی شکل میں ایک لائن بنادیں۔

5- پکوں کو خوبصورت تاثر دینے کے لئے بلیک مسکارا کے بجائے کینٹر مسکارا استعمال کریں۔

6- ہمنوڈوں کو اپنی جگہ صفائی سے ترتیب دینے کے لئے "برو جل" استعمال کریں۔

7- لپ کمر کے طور پر پنک کمر کے کسی ایسے شیدز کا انتخاب کریں جو آپ کی جلد کی رنگت اور آئی شیدز کے مقابلے میں موزوں دکھائی دے۔ مینسل لائیکر کی مدد سے



ہونٹوں کی آؤٹ لائن جائیں اور پھر لپ برش کے ذریعے احتیاط سے لپ اسٹیک لگائیں۔

8- بالوں کو اپنی پسند کے مطابق جوڑے کی شکل میں باندھ لیں۔ اگر چاہیں تو چہرے کے ارد گرد کچھ تھیں آزاد چھوڑ دیں۔ جل کی مدد سے انہیں سیٹ کریں اور شوخ رنگ کا کوئی پھول جوڑے کی ایک جانب سجھالیں۔





# بیوٹی ٹپس

## آنکھوں کی صحت اور دلکشی

خواتین اپنی آنکھوں کی دیکھ بھال کس طرح کرتی ہیں اس کا اندازہ ارد گرد کی جلد آنکھوں کی چمک و خوبصورتی اور عمومی صحت سے ہو جاتا ہے۔ اگر آپ اپنی آنکھوں کے ساتھ اچھا سلوک کریں یعنی انہیں نہ صرف دھوئیں بلکہ گرد و



غبار سے بھی بچا کر رکھیں تاکہ آنکھوں کی چمک اور خوبصورتی برقرار رہے۔ آنکھوں کے ارد گرد کی جلد پورے چہرے کی جلد سے زیادہ پتلی اور نازک ہوتی ہے اور اس میں آئل گلینڈ پھیلے ہوتے ہیں ان کی صحت کے لیے اچھی کریم استعمال کی جاسکتی ہے جس کے استعمال سے اس حصے کی جھریاں خاصی حد تک ختم کی ہو جاتی ہیں۔ اور ایسی خواتین کو کریم کا استعمال ضرور کرنا چاہئے جن کی جلد خشک ہو اور عمر چالیس برس سے زائد ہو۔ آنکھوں کو مسکارا لگاتے وقت خیال رکھیں کہ آنکھیں پوری طرح کھلی ہوئی نہ ہوں اور آئینے کی جانب براہ راست نہ دیکھیں۔





# بیوٹی ٹپس

## تھریڈنگ

خواتین اپنے چہرے سے غیر ضروری بالوں کو صاف کرنے کے لیے تھریڈنگ کرتی ہیں۔ تھریڈنگ سے پہلے فاونڈیشن اور پاؤڈر کی غیر ضروری تہہ بالوں کو تھریڈ کرنے کی راہ میں حائل ہوتی ہے اس لیے پہلے چہرے کو میک اپ سے پاک کریں اور چہرے پر یا جس جگہ تھریڈنگ کرنا ہے وہاں لونز پاؤڈر لگالیں اس سے بال واضح نظر آتے ہیں اور تھریڈنگ



کرنے میں کافی سہولت ہو جاتی ہے اس کے علاوہ پاؤڈر کی وجہ سے جلد بھی نرم رہتی ہے۔ جلد چونکہ نازک ہوتی ہے اس لیے بالوں کو تھریڈ کرنے سے متاثرہ جگہ سرخ ہو جاتی ہے اور بعض اوقات پھول بھی جاتی ہے۔ سرخی کو ختم کرنے کے لیے برف کا استعمال یا پھر کیلا مین لوشن کا استعمال بھی مفید رہتا ہے اور تھریڈنگ کے بعد دو گھنٹے تک میک اپ استعمال نہیں کرنا چاہئے کیونکہ تھریڈنگ کرنے سے مسام کھلے ہوتے ہیں اور میک اپ کا استعمال جلد کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔





# بیوٹی ٹپس

## آئی شیڈو کے لئے فابریک برش بہترین

اکثر خواتین صبح کے وقت آئی شیڈو لگانے میں کوئی حرج محسوس نہیں کرتیں ہیں کیونکہ کچھ گھنٹوں کے بعد ان کا یہ آئی شیڈو آنکھوں کے درمیان میں ایک گچھے کی شکل اختیار کر لیتا ہے اور وہ لک بہت بری لگتی ہے۔ ایک ماہر بیوٹیشن کے مطابق اپنی پلکوں کو آپ کینوس کی طرح سمجھیں جو کہ بالکل سادہ ہے اور اس سے کچھ پینٹ کرنے سے قبل رنگوں کا انتخاب کیا جاتا ہے یہی حال آئی شیڈو کا بھی ہوتا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ دیئے گئے ٹپس پر عمل



کریں تاکہ آپ کی آئی شیڈو دیر تک قائم رہ سکیں۔ آئی شیڈو کے لیے زیادہ بھاری آئی کریم استعمال نہ کریں۔ دن کے وقت لائٹ کریم لگائیں جس میں سلی کون کا انتخاب کیا گیا ہو تاکہ پلکوں سے نکلنے والے قدرتی تیل کو یہ زیادہ سے زیادہ جذب کر سکے۔ اپنی پلکوں پر فاؤنڈیشن یا کینسلر کا استعمال نہ کریں۔ ان کی غیر موجودگی میں آپ آئی شیڈو کے ایفیکٹ کو اچھی طرح دیکھ سکیں۔ کوئی آئی شیڈو بیس استعمال نہ کریں کیونکہ اس کے استعمال سے پلکیں بھاری ہو جاتی ہیں۔ آج کل مارکیٹ میں فابریک فلیٹ برش کا بہت ٹرینڈ ہے اس کا استعمال کریں کیونکہ اس کا استعمال پلکوں کے لیے بہت مناسب رہتا ہے اور دیر تک قائم بھی اس لیے کا انتخاب آپ کے لیے بہترین ہے۔





# بیوٹی ٹپس

## آنکھوں کا میک اپ

آنکھوں کا میک اپ کرتے وقت فنشنگ کا خیال ضرور رکھیں، اگر آئی شیڈ ورنہ بھی لگانا ہو تب بھی پورے پپوٹوں پر پاؤڈر کی ہوئی آنکھوں میں کسی حد تک فنشنگ کی جھلک نمایاں نظر آنی چاہئے۔ اس طرح آپ شیڈ ول کیلئے میٹ سطح تیار کر لیتی ہیں جس پر رنگ بڑی ہمواری سے چسپاں ہوتے ہیں۔ کوئی غلطی ہو بھی جائے تو اسے بڑی آسانی سے بلینڈ کر کے دور کیا جاسکتا ہے۔ بہترین کنٹرول رکھنے کیلئے پاؤڈر پر مبنی تمام آئی شیڈ رنگ چھوٹے سے برش کے ذریعہ لگانا چاہیے اسفنج کی نوک والا پلپلیکیٹر ہرگز نہ استعمال کریں۔ برش پر لگا ہوا اضافی پاؤڈر جھٹکنا ہرگز نہ بھولیں۔ ورنہ آپ کے گالوں پر پاؤڈر کے دھبے نمایاں ہو جائیں گے۔ رنگ لگانے کے بعد اسے ہمیشہ روئی کی



پھریر سے بلینڈ کرنا چاہئے۔ بلینڈ نہ کرنے کی صورت میں یہ رنگ آنکھوں کی پتلیوں کے قدرتی حسن کی طرف توجہ بھٹکا دیتے ہیں۔ گھونگھر پیدا کرنے کا بہترین طریقہ 20 تک گنتی گنیں اور پھر کرل کھول کر اسے علیحدہ کر لیں۔ پلکوں کو مسکارا لگانے سے قبل ہی کر لیں ورنہ مسکارا ٹوٹ کر گر جائے گا۔ کرل کرتے ہی فوراً مسکارا لگالیں۔ مسکارا کی مختلف جہیں لگانے کے دوران پلکوں کو ایک دوسرے سے علیحدہ کرنے کیلئے کنگھایا برش استعمال کریں۔ مسکارا کی مختلف تہوں کے درمیان خشک پاؤڈر چھڑک لیا کریں۔ اس طرح پلکیں زیادہ موٹی ہو جائیں

گی۔ کہتے ہیں کہ آنکھیں دل کا دروازہ ہیں۔ جو کچھ دل میں ہوتا ہے آنکھوں سے عیاں ہو جاتا ہے۔ بہت کم ایسے لوگ ہیں جن کی دلی کیفیات آنکھوں سے عیاں نہیں ہو پاتیں ورنہ تو ہمیشہ ہی آنکھیں چغلی کھا جاتی ہیں۔



# فاؤنڈیشن

فاؤنڈیشن چہرے کے میک اپ کیلئے انتہائی اہم چیز ہے، یہ معمولی سے معمولی نقص کو چھپا کر باقی میک اپ کیلئے ایک سطح فراہم کرتا ہے۔ فاؤنڈیشن چہرے کے بعض حصوں کو نمایاں کرنے اور چمک دار بنانے کے کام بھی آتا ہے۔ فاؤنڈیشن دو قسم کے ہوتے ہیں ایک میں چکنائی بنیادی عنصر کے طور پر شامل ہوتی ہے اور دوسرے میں پانی بنیادی عنصر کی حیثیت رکھتا ہے لہذا جلد کی کی مناسبت سے اس کا انتخاب کریں۔ فاؤنڈیشن خریدنے سے پہلے بوتل سے تھوڑا سا فاؤنڈیشن نکال کر اپنی کلائی پر ملیں اگر یہ جلد پر نمایاں نظر نہیں آ رہا تو سمجھ لیں یہ شیڈ آپ کیلئے مناسب ہے۔ پورے چہرے پر فاؤنڈیشن لگانے کے بجائے جہاں ضرورت ہو وہاں لگائیں گردن اور کانوں پر بھی ہلکا فاؤنڈیشن لگائیں تاکہ یہ حصے بھی چہرے کی رنگت کے مطابق نظر آئیں۔ فاؤنڈیشن کا بہتر انتخاب چہرے کی خوبصورتی کو بڑھانے کے ساتھ اسے تروتازہ بھی رکھتا ہے۔

